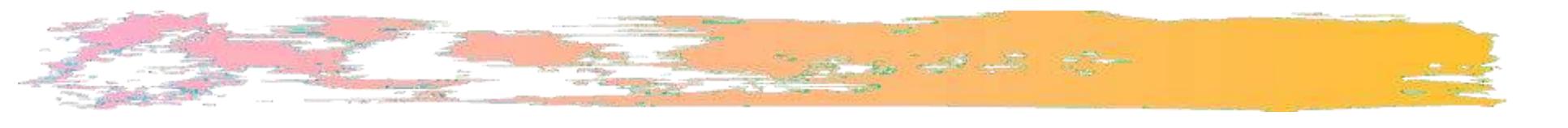


Conversando sobre Pré-natal



Ficha catalográfica elaborada na Biblioteca Setorial do CCTA da Universidade Federal da Paraíba

C766 Conversando sobre pré-natal [recurso eletrônico] /
Organizadores: Aurilene Josefa Cartaxo Gomes de Arruda ...
[et al.]. - João Pessoa: Editora do CCTA, 2020.

Recurso digital (1,96MB)

Formato: ePDF

Requisito do Sistema: Adobe Acrobat Reader

ISBN: 978-65-5621-027-8

1. Gestação - Cartilha. 2. Pré-natal - Cuidados. 3. Doulas -
João Pessoa, PB. 4. Gestantes - Direito. I. Arruda, Aurilene
Josefa Cartaxo Gomes de.

UFPB/BS-CCTA

CDU: 616.63.02(075.2)

CREDENCIAIS DOS ORGANIZADORES

AURILENE JOSEFA CARTAXO GOMES DE ARRUDA

Enfermeira. Docente do Departamento de Enfermagem Clínica do Centro de Ciências da Saúde da UFPB. Doutora em Ciências da Saúde pela Fundação Oswaldo Cruz – FIOCRUZ/RJ. Mestre em Enfermagem Saúde Pública pela UFPB. Especializada em: Cuidados Intensivos - UFPB; Administração Hospitalar e Sanitária UNAERP-SP; Gerenciamento dos Serviços de Enfermagem pela SOBRAGEN. Bacharel em Direito pela FAP. Líder do Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde da Pessoa em Condições Críticas da UFPB.

BETÂNIA MARIA PEREIRA DOS SANTOS

Enfermeira. Docente e Coordenadora da Escola Técnica de Enfermagem do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba. Doutora em Medicina e Saúde pela UFBA. Mestre em Enfermagem Saúde Pública pela UFPB. Especializada em Cuidados Intensivos pela UFPB. Membro Pesquisador do Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde da Pessoa em Condições Críticas da UFPB.

SONIA MARIA JOSINO DOS SANTOS

Enfermeira. Docente do Departamento de Enfermagem Clínica do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba. Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará UFC. Mestre em Enfermagem Saúde Pública pela UFPB. Especialista em Urgência e Emergência pela Faculdade de Enfermagem Nossa Senhora das Graças FENSG /UPE. Membro Pesquisador do Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde da Pessoa em Condições Críticas da UFPB.

DAIANA BEATRIZ DE LIRA E SILVA

Enfermeira pela Universidade Federal da Paraíba. Pós-Graduada em Urgência e Emergência pela Especializa Saúde. Membro do Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde da Pessoa em Condições Críticas da UFPB.

AUTORES

AURILENE JOSEFA CARTAXO GOMES DE ARRUDA

BETÂNIA MARIA PEREIRA DOS SANTOS

DAIANA BEATRIZ DE LIRA E SILVA

LARISSA CAVALCANTE CARNEIRO

RAFAELA PEREIRA DE MEDEIROS RODRIGUES

SONIA MARIA JOSINO DOS SANTOS

CARTILHA VINCULADA AO GRUPO DE ESTUDOS E PESQUISA EM SAÚDE DA PESSOA EM CONDIÇÕES CRÍTICAS-UFPA

Pré-natal: cuidado à gestante



Amanda

Olá Enfermeira!
Gostaria de tirar
dúvidas sobre o
Tema.



Enfermeira Fernanda

Oi Amanda! Vou
explicar o assunto e
tirar todas suas
dúvidas.

Pré-natal: cuidado à gestante



Amanda

Qual a
Importância do
pré-natal?



Enfermeira Fernanda

Ótima pergunta
Amanda, vou
explicar.



Durante o ciclo de vida de uma mulher pode ocorrer a gestação: um fenômeno natural, cheio de modificações corporais e emocionais que são influenciados por fatores fisiológicos que podem gerar sinais e sintomas durante esse período.

Pré-natal: cuidado à gestante

O acompanhamento de pré-natal tem a finalidade de promover saúde, prevenir doenças e/ou riscos e detecção precoce de quaisquer situação que prejudique a saúde da mãe e do bebê.

A importância do cuidado à gestante está em acompanhar o processo gestacional para realizar detecção precoce e intervenções oportunas, além de oferecer informações pertinentes.



Enfermeira Fernanda

Pré-natal do parceiro



Amanda

Meu esposo é importante nesse processo?



Enfermeira Fernanda

Ele é muito importante Amanda e é essencial, nesse período.

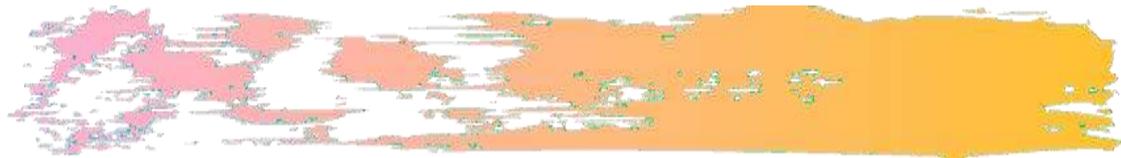
Pré-natal do parceiro

O pai engravida junto com a mulher. Sua saúde é tão importante quanto à do binômio mãe-filho. Então, durante o momento que a mulher está gestando, seu parceiro deve se envolver nesse processo para receber as informações e cuidados em saúde.

Vou explicar.



Enfermeira Fernanda





Pré-natal do parceiro

Além de cuidar da sua saúde, o parceiro começa a se apropriar de conhecimentos

Sabia que o pai também tem direitos?

Sim, a **licença paternidade de cinco dias** garantido por lei.

A presença do parceiro no trabalho de parto para suporte físico e emocional é importante para parturiente...

Lembrar que é importante realizar o registro civil de nascimento do bebê.

O parceiro deve incentivar a mulher na amamentação, dividir as atividades domésticas e com os cuidados com a criança. Estar ao lado...



Enfermeira Fernanda

Rede de Apoio na Gestação



Quem pode ser
minha rede de
apoio nesse
momento?

Esse apoio pode
ser de várias
pessoas.



Amanda



Enfermeira Fernanda



O nascimento de um filho é uma das transformações mais significativas na vida de uma família, principalmente, no que se refere às alterações físicas, emocionais e sociais causadas pela gestação, tendo especial impacto na vida da mulher; e a maneira como ela vivencia essa experiência é importante para a própria percepção do ciclo gravídico-puerperal e da maternidade.

Rede de Apoio na Gestação



Construa sua rede de apoio.

Esse apoio pode vir de familiares, amigos, profissionais e instituições, como sua Unidade Saúde. São diversos os tipos de apoio, desde orientações e informações, suporte material e financeiro, auxílio nas tarefas domésticas e de cuidado com os filhos, e o oferecimento de apoio emocional.



Enfermeira Fernanda

A importância da Doula na gestação

Você poderia me explicar o que seria Doula?

Ótima pergunta Amanda, vou explicar.



Amanda

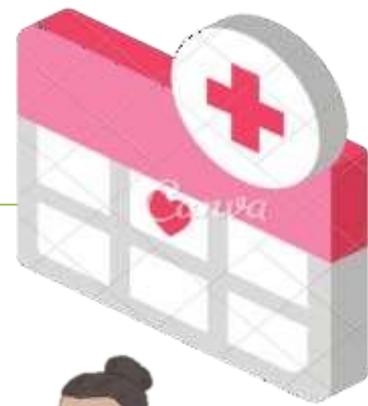


Enfermeira Fernanda



A palavra 'doula' tem origem grega e significa 'mulher que serve'. Ela tem o papel de fornecer informações baseadas em evidências, oferecer apoio emocional e suporte para o alívio da dor durante toda a gestação.

A importância da Doula na gestação



Lei Municipal que garante a presença de Doulas em João Pessoa:

LEI Nº 13.080, 27 DE outubro DE 2015:

Permissão da presença de Doulas durante todo o ciclo gravídico puerperal, acompanhamento de consultas e exames do pré-natal, trabalho de parto e pós-parto, que tenha sido solicitado pela gestante.



Enfermeira Fernanda

Parto normal e seus benefícios?



Durante o trabalho de parto, momento que o corpo da mulher estimula o nascimento do bebê a partir de contrações uterinas até sua passagem pela vagina. Saiba que você pode adotar qualquer posição durante o trabalho de parto.



Enfermeira Fernanda

Parto normal e seus benefícios?

Mas quais são as vantagens do parto normal?

Muitas vantagens Amanda!



Amanda



Enfermeira Fernanda



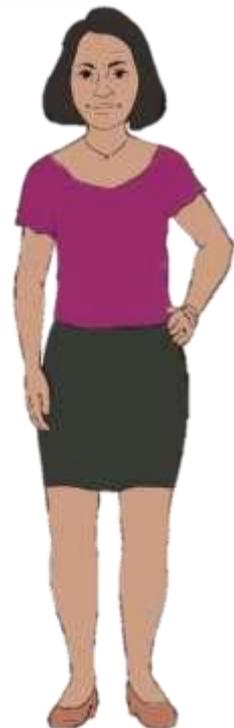
- Recuperação rápida;
- Menor risco de infecção e complicações;
- Menor risco de complicações em outras gestações;
- Favorece o contato pele a pele, chamada Hora de Ouro.

Violência Obstétrica



Sabendo que a violência obstétrica é a prática de procedimentos e condutas que desrespeitem e agridam a mulher na hora da gestação, parto, nascimento ou pós-parto, você poderia citar alguns exemplos deste tipo de violência?

Claro que posso Amanda.



Amanda



Enfermeira Fernanda



Agressões



Ameaças



Gritos



Omissão de informações



Episiotomia desnecessária e impositiva

Amanda, ainda quero te explicar o Plano de Parto no combate da Violência Obstétrica e o Direito das gestantes.

Claro



Amanda

Plano de Parto

Estamos cientes de que o parto pode tomar diferentes rumos. Abaixo listamos nossas preferências em relação ao parto e nascimento do nosso filho, caso tudo transcorra bem. Sempre que os planos não puderem ser seguidos, gostaríamos de ser previamente avisados e consultados a respeito das alternativas.

Trabalho de parto:

Parto:

Após o parto:

Cuidados com o bebê:

Caso a cesárea seja necessária:

Agradeço à equipe envolvida pela ajuda em tornar essa ocasião especial e tão importante para nós em um momento também feliz e tranquilo como deve ser.

Muito obrigada,

Local e data

Assinatura dos pais

Assinatura da equipe de saúde

O plano de parto é um documento que contém informações sobre os desejos e escolhas das mulheres e deverá ser respeitado pelos profissionais e instituições



Enfermeira Fernanda

Vamos conhecer os direitos das gestantes.

Direitos trabalhistas

Sabia que a licença maternidade dura 120 dias para gestantes com carteira assinada? Pois é. Além disso, não pode ser demitida enquanto estiver gestante e até 5 meses após o parto. Todas as vezes que for a consulta de pré-natal/exame tem o direito de receber declaração de comparecimento para ter falta justificada.

Não precisa se preocupar com amamentação, até seu bebe completar os 6 meses de vida, a mulher tem o direito de ser dispensada todos os dias de trabalho, por um período de 1h ou dois períodos de 30 minutos.

Direitos sociais

- Prioridade nas filas de instituições públicas e privadas e assento prioritário em transportes públicos;
- Se sua família possui o benefício do Programa Bolsa Família, busque o Centro de Referência em Assistência Social de seu município para receber um benefício extra.

Deseja entregar à adoção?

A **Lei nº 12.010/2009**: garante uma assistência psicossocial se desejar, busque a Vara da Infância e Juventude de sua cidade.

Direitos da gestante

Você que é estudante, vem cá! Vem saber dos seus direitos.



A **Lei nº 6.202/1975** garante licença-maternidade, a partir do 8º mês pode cumprir atividades escolares em casa (**Decreto-Lei nº 1.044/1969**), além de ser assegurado o direito aos exames finais, em qualquer caso.

Lei da vinculação para o parto:

Lei nº 11.634/2007: você gestante deve saber qual maternidade de referência para seu parto e pode visitar o serviço antes que aconteça. Mas para o parto, deve ser atendida no primeiro serviço que buscar.

Lei do acompanhante no parto de livre escolha da mulher:

Lei Federal nº 11.108/2005:

Você deve ser atendida com respeito e dignidade, sem discriminação, ser chamada de como preferir e saber o nome do profissional que a atende.

Sofreu violência na gravidez? Ligue 180 ou Disque Saúde 136. **Denuncie!**

Sexualidade na gestação

*Como fica o sexo após o parto?
E o aleitamento materno?*



Amanda



Enfermeira Fernanda



A mulher grávida pode continuar à ter relações sexuais protegidas, não é prejudicial como alguns pensam. No entanto, as posições vão se alterando ao decorrer do avanços dos trimestres gestacionais.

A puerpera precisa se preparar para isso, pois é um período de adaptação e não existe data certa para o retorno das atividades sexuais, o momento é quando a mulher estiver confortável.



O Aleitamento materno, ele traz .

Benefícios para a mãe

- ❖ Acelera a redução de peso pós parto;
- ❖ Ajuda na recuperação do útero;
- ❖ Diminui o risco de câncer de mama, de hemorragias e câncer de ovário;
- ❖ A amamentação favorece o vínculo mãe-filho.

Benefícios para o bebê

- ❖ Composição de nutrientes que garante o crescimento e desenvolvimento saudável do bebê durante os primeiros 2 anos de vida;
- ❖ É um alimento de fácil e rápida digestão;
- ❖ Protege a criança de várias doenças;
- ❖ Facilita o desenvolvimento emocional, cognitivo e do sistema nervoso.

Aleitamento Materno



O aleitamento materno é essencial para o desenvolvimento e crescimento da criança.

Recomenda-se que as crianças sejam alimentadas exclusivamente com leite materno nos primeiros seis meses de vida e que, a partir de então, a amamentação seja mantida por dois anos ou mais, juntamente com o uso de alimentos complementares adequados.



Enfermeira Fernanda

Referências

Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASCO). O sexo na gravidez e no pós-parto, 2017. Disponível: <https://www.febrasgo.org.br/> Acessado: 18.fev.2020

REZENDE, Jorge - Obstetrícia Ed. Guanabara Koogan, 11ª edição, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. Caderneta da Gestante. 4ª edição. Brasília/DF: Editora Ministério da Saúde, 2018.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Atenção ao pré-natal de baixo risco. Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2012.

BARBOSA, Murillo Bruno Braz, et al. Doulas como dispositivos para humanização do parto hospitalar: do voluntariado à mercantilização. *Saúde em Debate*, 2018, 42: 420-429.

OLIVEIRA, Maíra Ribeiro de; DESSEN, Maria Auxiliadora. Alterações na rede social de apoio durante a gestação e o nascimento de filhos. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 2012, 29.1: 81-88.

Organização Pan-Americana de Saúde. Aleitamento materno nos primeiros anos de vida salvaria mais de 820 mil crianças menores de cinco anos em todo o mundo. Brasil, 2018.

Herrmann, Angelita et al. Guia do Pré-Natal do Parceiro para Profissionais de Saúde. Rio de Janeiro: Ministério da Saúde, 2016.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Gestão e Incorporação de Tecnologias em Saúde. Diretrizes nacionais de assistência ao parto normal: versão resumida [recurso eletrônico]. Brasília : Ministério da Saúde, 2017.